



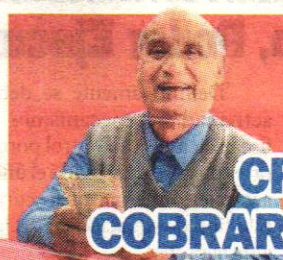
A SONNE LE GUSTA 'CHACALÓN'



JACKELINE: ME CACHETEARON

**YA ERA HORA QUE TENGAN
UN MODELO DE CONTRATO
DE ALQUILER QUE VALE ORO**

ELEGIDO EL DOCUMENTO QUE PROTEGE A PROPIETARIOS E INQUILINOS



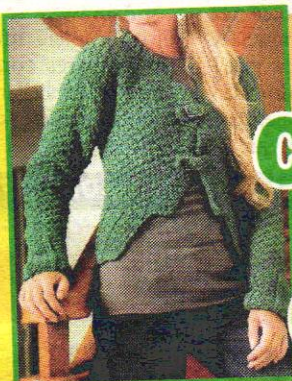
PUBLICAN TODAS LAS FECHAS OFICIALES
DE SUS PAGOS EN EL MES DE JUNIO

**JUBILADOS: ONP DA
CRONOGRAMA OFICIAL PARA
COBRAR ANTES DEL DÍA DEL PADRE**

S/1.00

el Chino

El diario de las multitudes



HOY CAMPERA CON HEBILLAS
DE COLECCIÓN DE INVIERNO

**CURSO DE
TEJIDO A
CROCHET**



15 y 18
Asientos

CUMMINS
ISF 2.8

www.foton.pe

PBO

RADIO

91.9 FM

Lunes a Sábado 6 a 10 am



DIRECTOR: PASCUAL FRETTEL GUTIÉRREZ

Lima, miércoles 05 de junio del 2024

Año 24 Número: 10971

**CONOZCA A CADA UNO DE ELLOS Y
MIRE CUÁNTOS TIENEN EN SU CASA**

**GAÑE BILLETÓN
CON ESTOS
12 BILLETES
ANTIGUOS
DE INTIS**

AYUDA CONTRA LA DIABETES, PRESIÓN
ARTERIAL, OBESIDAD Y FORTALECE EL CORAZÓN

**CACAO
CRUDO ES
BENDICIÓN
PARA LA SALUD**



EN LA RESIDENCIA DEL
EXFUTBOLISTA

**'FOQUITA'
PASA LA
NOCHE CON
DELANY**



EN ATAQUE DE PSICOSIS, PONE A
TIRADORES EN SUS ACTIVIDADES OFICIALES

**EN SU
SEGURIDAD,
DINA USA A
FRANCOTIRADORES**



@elchino_pe

diarioelchino.pe



www.elchino.pe

POR LICITACIONES A EMPRESAS PARA EL MANTENIMIENTO DE PISTA DE ATERRIZAJE DE JORGE CHÁVEZ

Corpac en la mira del Congreso, Poder Ejecutivo y la Fiscalía

La empresa Corpac se encuentra en la mira del Ejecutivo y del Congreso de la República. El congresista de Fuerza Popular (FP), Arturo Alegría, indicó que se deben activar facultades de comisión investigadora en la Comisión de Fiscalización o de Transporte del Congreso luego de conocerse que empresas con apenas un año de funcionamiento lograron licitaciones de servicio por más 35 mil soles para el



mantenimiento a las luces de la pista de aterrizaje del aeropuerto Jorge Chávez.

"Definitivamente se deben activar los mecanismos de fiscalización y de control porque no es posible, que siendo el único aeropuerto internacional ocurran este tipo de situaciones", declaró ante la prensa.

Setratadela empresa Leibram Ingeniería y Construcción S. A. C., con sede en Arequipa, y de L & R Multiservice, ubicado en Ica.

El ministro de Trabajo, Daniel Maurate, anunció que se

merece una investigación serie y duras sanciones por el caos que se vivió en el Aeropuerto Jorge Chávez. "Si hay alguna empresa que no hizo su trabajo tendrá que ser sancionado severamente", aseveró.

Asimismo, se supo que la Fiscalía inició investigaciones preliminares contra Corpac, además de solicitar documentos sobre los procesos de licitaciones a dichas empresas.

EN UN ATAQUE DE PSICOSIS, AHORA PONE A TIRADORES EN SUS ACTIVIDADES OFICIALES

En su seguridad, Dina usa a francotiradores

-PERO AFIRMA QUE PRONTO VOLVERÁ A HABLAR EN PALACIO DE GOBIERNO A PESAR DE LLEVAR 60 DÍAS EN SILENCIO.

Quizá sufriendo un ataque de psicosis, la presidenta Dina Boluarte acudió al distrito de La Molina la mañana del martes a inaugurar la Institución Educativa 1235 Unión Latinoamericana.



No tendría nada de malo si no fuera por las extremas medidas de seguridad que flanqueaba a la mandataria, relegando nuevamente a la prensa a un ambiente apartado de ella. Y, por si fuera poco, ante la presencia de decenas de escolares, Dina Boluarte no tuvo mejor idea que mandar a una serie de francotiradores en los techos del colegio para vigilar cualquier movimiento extraño de la prensa, porque obviamente

los escolares no eran el objetivo a seguir por parte de los miembros de seguridad de la mandataria.

MUDA Y SIN CARISMA

Luego de inaugurar el centro de estudios, la presidenta se retiró del lugar no sin antes brindar unas breves declaraciones a los medios. En ella, a modo de sorna, dijo que próximamente volverá a dialogar con la prensa en Palacio de Gobierno, a pesar de llevar 60 días sin responder

ante los cuestionamientos.

"Los números no cuentan, lo que cuenta son las intenciones. Gracias. Estamos con la población. Buen día", sostuvo la jefa de Estado. Finalmente, se supo que la popularidad de Boluarte se encuentra en un solo dígito. De acuerdo a la reciente encuesta de la empresa CPI, la mandataria cuenta con solo el 8,1% de aprobación y un 88,2% de desaprobación a nivel nacional.

SOLICITUDES DE CIUDADANOS EN LIMA, AREQUIPA, CUZCO, LA LIBERTAD, ETC

Revocatoria a más de centenar de autoridades

De acuerdo a los recientes reportes, desde que se inició la entrega de solicitudes para el proceso de revocatoria contra alcaldes o gobernadores la ONPE habría recibido alrededor de 154 pedidos de entregas de kit electoral, una marca que podría considerarse histórica.

Más allá de los pedidos de revocatoria contra Rafael López Aliaga (Lima), Carlos Canales (Miraflores) y Wilfredo Ocorima (Región Ayacucho), también se dio cuenta del pedido de consulta ciudadana contra Werner Salcedo, gobernador del Cusco y uno de los conocidos 'gobernadores Rolex'. Recordemos que Salcedo estuvo involucrado en el caso Rolex de la presidenta Dina Boluarte, al confesar que Ocorima también le 'prestó' lujosos relojes.



En Arequipa, también los propios vecinos solicitaron el kit electoral contra cinco autoridades ediles. Se vocea que en las próximas horas también se incluiría al gobernador regional, Rohel Sánchez.

Finalmente, el alcalde más joven del Perú, Diego Hernán Rodríguez Fernández (22 años), también pesa sobre el un pedido de revocatoria en el distrito de La Cuesta, provincia de Otuzco, región La Libertad.



ANTE EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA Canciller sustenta viaje presidencial a China

El Pleno del Congreso recibirá esta tarde (3:00 pm), al canciller de la república, Javier González-Olaechea, quien deberá sustentar el pedido de autorización para el viaje de la mandataria Dina Boluarte Zegarra a la República Popular China.

Según el oficio del Poder Ejecutivo enviado al Congreso de la República, la mandataria sostendría una reunión bilateral, en Pekín, con el presidente de la República Popular China, Xi Jinping.

Por otro lado, la Comisión

de Constitución del Congreso debatió el proyecto de ley que aumenta a 237 el número de parlamentarios para las elecciones del 2026. La propuesta fue respaldada por el congresista de Alianza Para el Progreso (APP), Eduardo Salhuana.

Por su parte, el presidente del Jurado Nacional de Elecciones (JNE) pidió a la presidenta de dicha Comisión, Martha Moyano, que postergue el debate que aumenta el número de miembros del próximo Congreso bicameral hasta que el organismo electoral emita su opinión técnica.

elChino
El diario de las multitudes

DIRECTOR:

Pascual Fretel Gutiérrez

MESA DE PARTES VIRTUAL

Fiorella.mejia@grupolarazon.pe

Central telefónica:
240-6656

Jr. Ica 121 of. 111 Lima
Área Comercial: Otto Velarde
Taramona

Cel. 993-433014

Contenido elaborado por
EDITORIAL BERTONE S.A.C.

LA EMPRESA Y LA DIRECCIÓN
DEL DIARIO NO SE HACEN
RESPONSABLES POR LOS
ARTÍCULOS FIRMADOS

PÁGINA WEB: WWW.ELCHINO.PE
E-MAIL: ELCHINO@ELCHINO.PE

SE POSICIONAN CANDIDATURAS Y FUTURAS ALIANZAS PARA ELECCIÓN

Todos quieren la silla de la Mesa Directiva del Congreso

A falta de un poco más de un mes para las elecciones de la nueva Mesa Directiva del Congreso, ya hay bancadas que empiezan a mover sus fichas para lograr posicionarse a sus futuros candidatos.

La expresidenta del Parlamento, Lady Camones, dijo que si su bancada Alianza Para el Progreso (APP) la vuelve a considerar para el cargo no tendría problemas en aceptar. "Si es que la bancada



decide proponerme, yo no tendría por qué oponerme", dijo para los medios.

Otro que también ya se lanzó al ruedo es su colega de Acción Popular (AP), Luis Aragón, aunque espera la decisión final de su bancada. Por su parte, Renovación Popular fue con buenos ojos la probable candidatura de Norma Yarrow, quien primero debería anunciar en los próximos días su incorporación a la bancada.

"Creo que Norma Yarrow sería una excelente candidata a

la presidencia del Congreso", dijo Alejandro Muñante.

Finalmente, la congresista de Fuerza Popular, Patricia Juárez, dijo que su bancada aún no decide si presentará candidato o si buscarían alianzas con otras bandas. El que sí se mostró a favor de una alianza fue Alejandro Caveró de Avanza País. El legislador no descartó, incluso, aliarse con bancadas de izquierda.

DIJO QUE NO HUBO 'INDICIOS' SOBRE DELITO EN VENTA DE PRUEBAS RÁPIDAS DE COVID 19

Fiscal Villena defiende fallo que salva al 'Lagarto'

Luego que se conociera que la Fiscalía de la Nación decidiera archivar el caso de la presunta adquisición irregular de pruebas rápidas durante la pandemia de la COVID-19 contra el expresidente vacado Martín Vizcarra, su titular, Juan Carlos Villena, salió al frente y defendió su cuestionada decisión. Dijo que no existieron suficientes indicios para acusar al exgobernador de Moquegua.

"Por lo menos, en lo que tenemos de la investigación, no tenemos indicios de que haya habido una colusión. No recuerdo quién presentó la denuncia, pero se hicieron varias diligencias, se recabaron declaraciones y hay varios ministros involucrados; en cada uno de ellos se ha hecho un detalle de cómo se intervino



en estos hechos", declaró Villena para RPP.

Además, mencionó que fue el Instituto Nacional de Salud (INS) que recomendó la compra de los productos. "Lo que se tiene que buscar en un delito de colusión es que haya indicios de que hubo justamente eso: un acuerdo subrepticio entre el funcionario público y las empresas, y no se han hallado indicios suficientes", agregó.

EN AUDIO, LA EXFISCAL DESTITUIDA LANZA CALIFICATIVO CONTRA PERIODISTA

Patricia Benavides tilda de 'maricón' a Beto Ortiz

Se ha dado inicio una 'guerra' entre la exfiscal de la Nación, Patricia Benavides y el periodista de Willax Televisión, Beto Ortiz.

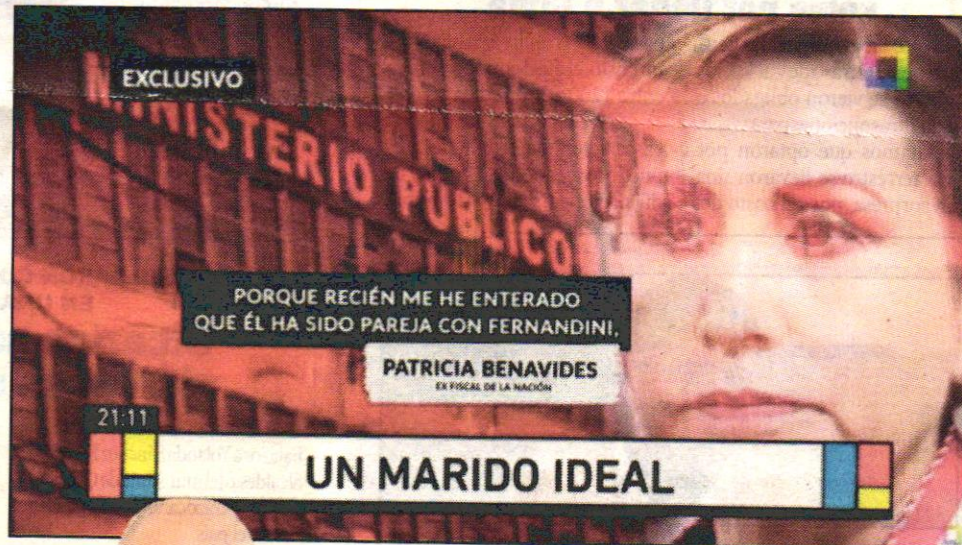
Durante el último capítulo del programa 'Beto A Saber', el comunicado propaló un audio de la destituida magistrada, en donde hace referencia a un presunto operador judicial que buscaba impedir los ataques y revelaciones contra ella. Además, tilda de 'maricón' a Ortiz y de haber tenido una relación sentimental con el reciente liberado Mauricio Fernandini.

"El me da duro a mí y mira, ustedes son conscientes. Dicen que yo la he abandonado a Marita (Barreto) cuando le atacaba Beto. Salió un tema y me dice: ¿Quién estuvo coordinando para bajarlo? Antes, todavía cuando no tenía llegada de una manera con Beto, lo calmó. Entonces ahí, yo le dije a Marita: ¿Para qué le vas a hacer caso a él? Nos da duro. Y él dice más bien, yo hice todo lo posible", se escucha en la grabación.

Minutos después, Benavides despotrica contra el comunicado con frases despectivas.

"Yo le dije a Marita Barreto: ¿Para qué le vas a hacer caso a ese maricón?, con esa

-DIJO QUE ALGUIEN 'CALMÓ' A BETO PARA QUE NO SIGA 'ATACÁNDOLA' Y AFIRMA QUE ÉL TUVO ROMANCE CON MAURICIO FERNANDINI.



palabra le dije. Ese nunca va a cambiar porque se dice que él habla porque (recién me he enterado) que él ha sido pareja con (Mauricio) Fernandini. Yo no sabía, recién me he enterado", se oye.

BETO RESPONDE

Tras el audio, el periodista Beto Ortiz resaltó la poca inteligencia de la destituida magistrada en concluir sobre su accionar como hombre de prensa, además de preguntarse sobre la identi-

dad de la persona que, según Benavides, le influenció para no mencionarla en sus programas.

"Una persona tan inteligente, una fiscal de la Nación, pueda pensar que un periodista se rige o investiga en función de su vida personal. Punto dos, que ella pueda pensar que hay una persona que me controla. Una persona que me baja los caballos, que me controla, y mi pregunta es ¿quién será? ¿Quién será ese misterioso operador judicial?", dijo.

Finalmente, descartó cualquier romance con el periodista Mauricio Fernandini.



CONGRESISTA MARGOT PALACIOS ANUNCIA MEDIDA CONTRA TITULAR DEL MTC POR CAOS EN AEROPUERTO

Se cocina censura contra Pérez-Reyes

Tras el caos vivido el domingo y el lunes en el aeropuerto Jorge Chávez por las fallas eléctricas en el puente de aterrizaje, la congresista de izquierda Margot Palacios, no descartó que promueva en los próximos días una moción de censura en contra del Ministro de Transporte y Comunicaciones (MTC) Raúl Pérez-Reyes.

"La incapacidad del Gobierno de Dina Boluarte se ha extendido hasta los ministros. El domingo hubo una falla en el sistema eléctrico de las luces de las pistas de aterrizaje del aero-

puerto; esto amerita una censura en contra del ministro, que viene demostrando incapacidad e incompetencia al dirigir esta cartera tan importante", declaró.

Como se recuerda, el titular del MTC se presentó ante la Comisión del Defensa del Consumidor del Congreso donde reiteró que lo sucedido en el principal terminal aéreo del país fue un caso "fortuito".

Pérez-Reyes tiene un proceso de interpelación el próximo 12 de junio por los accidentes ocurridos en la carretera central.

SI SE DEMUESTRA RESPONSABILIDAD EN FALLO DEL SISTEMA DE ILUMINACIÓN EN LA PISTA DE ATERRIJAJE

Aeropuerto Jorge Chávez: Sanción a Corpac por más de 2 millones de soles

La Corporación Peruana de Aeropuertos y Aviación Comercial (Corpac) podría enfrentar una sanción de hasta 450 UIT si se confirma su responsabilidad en el fallo del sistema de iluminación de la pista de aterrizaje del Aeropuerto Internacional Jorge Chávez, según informó Crisólogo Cáceres, presidente de la Asociación Peruana de Consumidores y Usuarios (Aspec).

"Si Indecopi recibe estas denuncias o reclamos de los consumidores, comenzaría el proceso que podría durar algunos años. Las sanciones que esta entidad puede imponer van desde una amonestación hasta por 2'315,500 soles", afirmó Cáceres.

Cáceres sostuvo que Corpac



sería la "evidente responsable" tras lo declarado por su presidente, José Luis Barrios. Asimismo, negó que el inconveniente se tratara de un caso fortuito: "Tú no puedes decir que dejar sin mantenimiento 14 años una pista de alto tránsito como la del aeropuerto sea un caso fortuito".

INDEMNIZACIÓN A PASAJEROS

Cáceres agregó que a los afectados también los asiste una

norma de la Comunidad Andina, denominada Decisión 619, que establece los derechos de los pasajeros del transporte aéreo, y que establece su derecho a la información y a una indemnización en un escenario como este.

"Si el retraso es hasta cuatro horas, el consumidor tiene derecho a un refrigerio y a una llamada telefónica. Pero si el retraso es de más de seis horas, allí tiene, además del refrigerio, derecho a un almuerzo o a una cena, según sea la hora", comentó.

PRECIO DE BUSES DESDE TRUJILLO LLEGARON A ESOS PRECIOS

Pagaron hasta 1,500 soles por llegar a Lima

Ante la emergencia generada por el retraso de vuelos, los pasajeros se vieron obligados a buscar otras opciones para viajar.

Algunos que optaron por la vía terrestre se llevaron una gran sorpresa, pues el costo del

pasaje de Trujillo a Lima tenía un costo, el día domingo y lunes, entre 1200 a 1500 soles.

Cabe recordar que un viaje en carretera de Trujillo a Lima puede tomar desde 7 horas y de día prolongarse hasta 10 horas.



NECESITARON 14 UNIDADES DE BOMBEROS PARA CONTROLAR EL SINIESTRO

Incendio en Ate consume estacionamiento de buses

Luego de dos horas y media de arduo trabajo, bomberos del Cuerpo General de Bomberos Voluntarios del Perú lograron controlar un incendio que afectó a un estacionamiento de Ate donde se guardaban vehículos pesados.

El siniestro se inició alrededor de las 9:30 de la mañana de ayer en la prolongación Mariscal Domingo Nieto 136, en la urbanización Los Sauces, que ha dejado como saldo diversos vehículos hechos cenizas (cinco buses, dos grúas y dos autos de menor tamaño).

Tuvieron que acercarse 14 unidades de bomberos para apagar las llamas y un grifo tuvo que restringir su servicio por estar cerca al lugar del siniestro, para que no estén cerca otros automóviles.

Javier Ávalos, gerente de seguridad ciudadana del municipio de Ate, comentó que en el establecimiento se guardaban vehículos de transporte y volquetes: "Han llegado dos vehículos en horas de la mañana y al hacer la limpieza, han hecho un cortocircuito en la parte del tablero, y eso ha ocasionado el incendio".



DOS SEMANAS DESPUÉS DE TERRIBLE EXPLOSIÓN EN EL DISTRITO Nueva fuga de gas en grifo de Villa María del Triunfo

Un nuevo incidente registrado en un grifo de Villa María del Triunfo (VMT). Se ha reportado una fuga de gas que ha generado la inmediata respuesta de las autoridades. La Superintendencia Nacional de Electricidad y Energía (Osinergmin) ha tomado la decisión de suspender el Registro de Hidrocarburos de la estación involucrada.

La emergencia se registró a las 11:20 p.m., y tuvo lugar en el cruce de las avenidas Juan Pablo II con Villa María, lo que obligó a evacuar la zona y tomar medidas de seguridad extremas.

"Fue aterrador, pensé que el grifo iba a explotar. No hemos podido dormir desde



ayer. Se sintió el fuerte olor a gas, apagamos todo y salimos al frío de la noche", comentó una vecina.

Esta situación generó gran preocupación entre los habitantes, quienes temieron que se repita la tragedia ocurrida en el grifo Primax del óvalo José Gálvez, donde una explosión dejó múltiples heridos.



AFIRMÓ QUE TRIBUTA MENOS DEL 20% DE LOS VECINOS

Alcalde del Rimac declara que su municipio está en quiebra

El alcalde del Rimac, Néstor de la Rosa Villegas, anunció que la municipalidad de su distrito está declarada en "insolvencia financiera o quiebra". De acuerdo a las palabras del burgomaestre, han llegado a esta situación debido a que los egresos son mayores a los ingresos, lo que genera un déficit en el presupuesto.

De la Rosa indicó que, para superar la crisis en la que se ven inmersos, se necesitaría 100 millones

de soles como 'salvavidas temporal'. Asimismo, explicó que la Municipalidad del Rimac recauda un presupuesto de 30 millones al año, monto que no alcanza para cubrir una planilla de cerca de 34 millones.

"Tenemos una pérdida de seis a ocho millones al año. Debemos siete millones en limpieza pública, es calamitoso lo que pasamos. De 10 vecinos, te tributan solo dos", agregó el alcalde.

LA ACRIBILLARON CON RIFLES DE ASALTO EN UNA PLAZA

Sicarios asesinan a alcaldesa en México

Presuntos sicarios asesinaron a balazos a Yolanda Sánchez Figueroa, alcaldesa del municipio de Cotija, en el estado mexicano de Michoacán, oeste del país.

El Gobierno del estado de Michoacán confirmó a EFE que la alcaldesa, afiliada al derecha Partido Acción Nacional (PAN), fue asesinada por un grupo de sicarios que la sorprendió en la plaza principal de Cotija, comunidad colindante

con el estado de Jalisco.

Los agresores dispararon rifles de asalto desde una camioneta en movimiento, dejando herido además a uno de los escoltas de Sánchez Figueroa.

En el 2023, Sánchez fue secuestrada y la mantuvieron en cautiverio por tres días. La alcaldesa relató, en ese momento, que sus captores le habían hecho diversas peticiones, las cuales relató ante la fiscalía.



AÚN TENDRÁS OPORTUNIDAD PARA REALIZAR TU PEDIDO SI SE TE PASARON LAS DOS PRIMERAS FECHAS

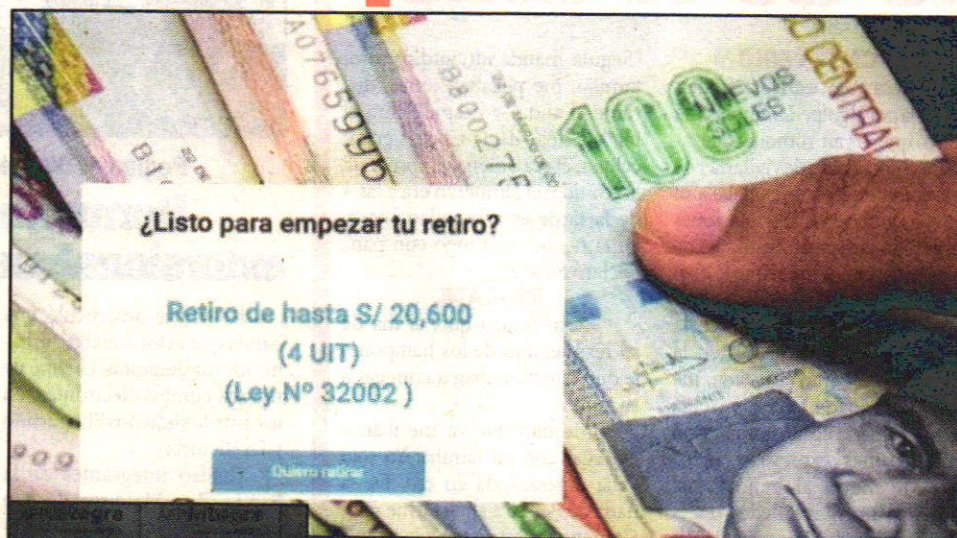
Conoce cuándo podrás solicitar tu retiro AFP si pasó tu fecha

Cerca a dos millones de peruanos que están o estuvieron afiliados a alguna AFP ya han realizado su solicitud, vía página web, para realizar un séptimo retiro de sus aportes.

Ellos han esperado que les toque su momento, de acuerdo al cronograma que se guía según el último dígito del DNI, para poder realizar dicho proceso.

Pero si bien a partir de hoy inician los que su documento de identidad terminen en 7, y proseguirá los que concluyen en los dígitos 8, 9 o cero, hay una duda de muchos, y es qué opción tienen si sus dígitos ya pasaron por estas fechas (1, 2, 3, 4, 5 y 6) porque no alcanzaron a inscribirse, tuvieron algún error al momento de realizar la solicitud, o no estaban disponibles en el horario que brindan (desde 8 a.m. hasta las 6 p.m.).

Ellos tendrán una nueva oportunidad para inscribirse de acuerdo a este orden: 1 (18 de junio); 2 (19 de junio); 3 (20 de junio); 4 (21 de



¿Listo para empezar tu retiro?

Retiro de hasta S/ 20,600

(4 UIT)

(Ley N° 32002)

Quiero retirar



junio) y 5 (24 de junio). Si aún en esas fechas no logra inscribirse para pedir sus fondos, hasta por 20,600 soles, habrá un lapso libre en el que, sin importar en qué número termina tu DNI, podrá realizarlo

que será desde el 2 de julio hasta el 17 de agosto.

¿CUÁNDO RECIBEN LA PRIMERA UIT?

Entre estos, los que hayan pedido hasta 1 UIT (S/5.150) podrán retirar su dinero este mismo mes. Sin embargo, quien haya solicitado una mayor cantidad, recibirá este pago hasta en cuatro armadas. Pero para todos, la primera UIT llegará en un

plazo menor.

"A diferencia de los otros tres, se ha establecido una fecha máxima para iniciar el pago, que es el 14 de junio de 2024 (para quienes soliciten el 20 de mayo). La figura se repite en función de cada fecha de solicitud, si el afiliado presenta su solicitud el día 21 de mayo, su primer desembolso será el 17 de junio, y así sucesivamente", informó la SBS.



CHOFER PERDIÓ EL CONTROL EN LA AVENIDA AREQUIPA

Corredor Azul choca contra árbol y deja una herida

Una mujer, de aproximadamente 50 años, resultó herida al despistarse la tarde de ayer un ómnibus del corredor azul en la cuadra 4 de la avenida Arequipa en el Cercado de Lima. El vehículo terminó chocando contra el árbol de un parque, llevándose todos los pasajeros que iban a bordo un gran susto, quedando herida la persona en cuestión.

El accidente se produjo alrededor de la 1.30 p.m. de ayer, cuando el conductor del bus de transporte público perdió el control de su unidad y se vio obligado a desviarse de su carril en dirección al parque Miguel de Cervantes.

Según contó una testigo que iba a bordo de la unidad, el chofer tuvo que realizar esta peligrosa maniobra porque se le vaciaron los frenos. Así, para evitar un grave impacto contra los autos que se encontraban estacionados en el paradero, decidió dirigirse hacia el área verde.

"Es un hecho fortuito que suceden en el transporte, las revisiones técnicas y mantenimientos del vehículo se encuentran al día", declaró el conductor. Por su parte, la Autoridad de Transporte Urbano de Lima (ATU) confirmó que iniciará las investigaciones para determinar a los responsables.

SIN DESCANSO SUSTITUTORIO, PARA TRABAJADORES DEL SECTOR PRIVADO

Triple pago por laborar feriados 7 y 29 de junio

El próximo 7 de junio de 2024 fue declarado feriado nacional en conmemoración de la Batalla de Arica y Día de la Bandera, fecha que se suma al feriado del sábado 29 de junio, Día de San Pedro y San Pablo.

La Cámara de Comercio de Lima (CCL) precisó que, si el trabajador del sector privado labora esos días, este deberá percibir una triple remuneración por cada día laborado. Por ejemplo, si la remuneración del trabajador es de 1,500 soles (50 soles por día), de laborar el viernes 7 y el sábado 29 de junio y no tener descanso sustitutorio en otros días, tendrá derecho a percibir 3 remuneraciones por cada día: 50 soles por el día feriado (que está incorporado dentro de la remuneración semanal,



quincenal o mensual) y 100 soles por trabajar en cada día feriado (sobretasa de 100 %).

La CCL declaró que en caso los días viernes 7 y/o sábado 29 de junio son días de descanso semanal obligatorio, el trabajador solo percibirá la remuneración por el descanso semanal y no por el feriado.

Además, no se considera que se ha laborado en día feriado cuando el turno de trabajo se inicie en día laborable y concluya en día feriado.

GRACIAS A ASISTENCIA DEL SERENAZGO DE SURCO

Bebé nace en plena Panamericana Sur

Agentes del Serenazgo de la Municipalidad de Santiago de Surco asistieron el nacimiento de una bebé en plena Panamericana Sur, al promediar las 07.30 horas de ayer, informó la comuna edilicia.

Explicó que el Centro de Control de Operaciones (CCO) de la municipalidad alertó a los agentes de seguridad de Surco sobre una mujer con fuertes contracciones dentro de un vehículo, ubicado a la altura del Puente Vivanco (Panamericana Sur).

Relató que, sin perder tiempo, las unidades se desplazaron rápidamente al sector 7 del distrito de Surco para brindar la asistencia necesaria.



El sereno Augusto Delfino, junto a sus compañeros, acudió al lugar y asistió en las labores de parto a la mujer quien estaba acompañada por su esposo.

Posteriormente, madre e hija fueron trasladadas al Hospital Casimiro Ulloa para las atenciones médicas correspondientes luego del parto.

EN EL NEVADO DE CASHAN Hallan cadáver de montañista italiano

La Asociación de Guías de Montaña del Perú (AGMP) confirmó el fallecimiento del experimentado montañista italiano Tomás Franchini, de 35 años, en el nevado de Cashan, de 5,716 metros de altitud, ubicado en la región central de Ancash.

En una operación coordinada se logró recuperar el cuerpo del alpinista en la víspera, alrededor de las 4.30 p.m. de ayer, y fue trasladado a fin de dar cumplimiento a las diligencias de ley.

La Asociación de Guías de Montaña del Perú detalló que el accidente ocurrió en el nevado Cashan durante la madrugada del pasado 2 de junio. El incidente tuvo lugar en la cara noreste de la



montaña, donde el turista Franchini aparentemente sufrió una caída por una pared.

Franchini, durante su carrera como alpinista, había realizado varias actividades de muy alto nivel en diferentes cordilleras del mundo.

"Me metía cachetadas en la cara con su mano, golpes en la cabeza (...) quería llorar, lloraba y no tenía lágrimas", contó a la Policía

Con varios de los secuestradores de Jacqueline Salazar en manos de la justicia, se reveló el testimonio de la empresaria, de lo que sucedió el día del secuestro y los 11 días que estuvo en cautiverio en una casa de Carabayllo.

Jackeline cuenta su calvario de 11 días



EL CAUTIVERIO

En esa casa estuvo tres días afectada por el golpe. La empresaria indicó que Bryan Yomona Quezada era el encargado de vigilarla y de grabar los videos que enviaba a su familia durante las negociaciones para exigir el pago de 2 millones de soles. Además, él fue el que le hizo los cortes en el cuerpo.

"Me metía cachetadas en la cara con su mano, golpes en la cabeza, estaba muy asustada, me sentía presionada, temerosa, tenía nervios, quería llorar, lloraba y no tenía lágrimas", expresó.

"Me metió al baño y me comenzó a cortar el dedo y en la primera cortada dijo: 'que no salía sangre y tenía que cortarme más'. Luego, me cortó por la frente y el cuero cabelludo. Comenzaba a tomarme fotos y me grababa videos", agregó.

Contó que la obligaban a grabar videos y mandar audios para presionar a su padre a realizar el pago por su liberación.

"Seguía mandando audios a mi familia, me pegaban antes, durante el audio y después. Era el tal 'Chetos', decía Chetos en su celular, él era quien siempre traía la comida: el almuerzo era a las 4 de la tarde aproximadamente y en la noche traía jugo con pan", declaró Salazar.

RESCATE

Luego indicó que, el día de su rescate, uno de los hampones le dijo que ya la iban a entregar a su familia.

"Me dijo que ya me iban a entregar con mi familia. Yo solo vivía esperanzada en eso. De la nada comenzó a amarrarme más. Comencé a escuchar bulla y tenía miedo. Cuando escuché decir '¡Policía!', intenté sacarme todo lo que tenía y me saqué las zapatillas porque tenía cinta y con miedo me acerco a la puerta y la empujo porque tenía las manos atadas. Veo a un hombre de negro y luego me abrazan todos y me dicen que esté más tranquila.



dije si lo que quieren es el carro, que se lo lleven. Abrí la puerta y salí. Y es ahí que me agarran y me quieren meter al carro y puse prisión. Empecé a gritar pensando que alguien haga algo", agregó.

Cuando fue ingresada a la minivan, la ataron de pies y manos, la echaron en el piso del vehículo y le pusieron un trapo en la boca. "Yo rezaba en ese momento. Hubo un bache muy fuerte y tuve un golpe muy fuerte en la cabeza. Eso hizo que yo no recuerde exactamente lo que pasó después de eso. Sentí que me llevaban a un lugar, era una casa y comenzaba a perder el conocimiento y me tomaban fotos", contó.

Luego de una discusión, en Arequipa

Mujer mató a su pareja con un cuchillo

Una mujer identificada como Elizabeth Ari Layme (49) asesinó de una cuchillada a su pareja Alberto Montesinos Gutiérrez (55), luego de una discusión, en su vivienda en la quinta cuadra de la calle Dean Valdivia a pocas cuadras de la Plaza de Armas. La víctima recibió la herida mortal en el estómago.

Según la Policía, Montesinos



llegó ebrio a su casa, luego le reclamó a su pareja porque no había comido en la mesa. Tras ello, ambos comenzaron a discutir y se agredieron mutuamente.

Luego del ataque, la mujer llamó a la Policía y confesó ser la autora del crimen. Ahora permanece detenida en la sede de la División de Investigación Criminal de Arequipa. En su

defensa dijo que actuó de esa forma para evitar ser agredida.

Cabe destacar que el hombre había sido denunciado anteriormente por violencia familiar por parte de su expareja, mientras que Elizabeth tenía antecedentes penales por tráfico ilícito de drogas y purgó condena en el penal de Socabaya en Arequipa.



Pedían 1500 soles por 'seguridad'

Hermanos venecos extorsionaban fiestas chicha

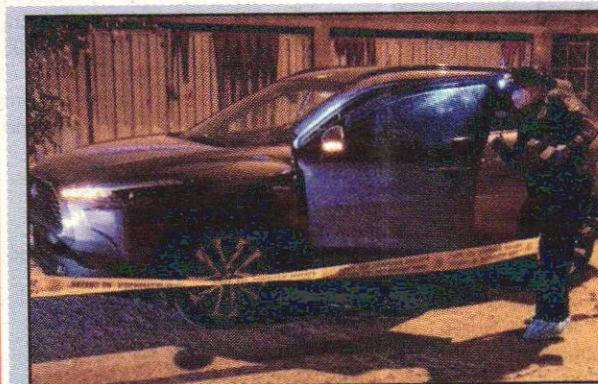
La Policía desarticuló una banda que extorsionaba a organizadores de fiestas 'chicha', de música cumbia electrónica, en los distritos limeños El Agustino y La Victoria.

Cuatro integrantes de la banda 'Los Malditos de San Jacinto', de nacionalidad venezolana, fueron detenidos por cobrar entre 1.000 y 1.500 soles por cada fiesta organizada.

El coronel PNP Orlando Sánchez explicó que los deteni-

dos "se ponían de seguridad (en el ingreso de las fiestas) y cobraban luego del evento, pero previos actos de amedrentamiento con pistolas".

Se trata de los hermanos Alexander y Manuel Yendis Guzmán; y los hermanos Jesús y Alejandro Valdez, quienes fueron detenidos con dos armas de fuego y serán investigados por delitos contra la seguridad y la salud públicas, además de tenencia ilegal de armas.



En San Juan de Miraflores

Balean a pareja para robarle camioneta

Una pareja fue baleada después de resistirse al robo de su camioneta, en el sector Trébol Azul, en San Juan de Miraflores (SJM).

Según la Policía, Rocio Huaylla Enriquez y Jefferson Regalado Rosales fueron asaltados por cuatro hampones a bordo de otra camioneta con lunas polarizada, cuando transitaban por la avenida Andrés Bello Cáceres.

Los encapuchados descendieron del vehículo y apuntaron a la pareja con sus armas de fuego. La pareja se resistió al robo y fueron baleados por los delincuentes.

La mujer recibió un balazo en el brazo y el hombre un disparo en la pierna. Ambos fueron trasladados hasta la Clínica Santa Marta, donde se recuperan. La Policía inició las investigaciones.

Conozca a cada uno de ellos y mire cuántos tienen en su casa

Gane un billetón con estos 12 billetes antiguos de intis

En la actualidad los billetes antiguos de intis son de los más cotizados en los círculos de coleccionistas. Si aún los conservan en sus casas, pueden venderlos y obtener buenos dividendos.

Los intis tuvieron una corta vida, debido a que la moneda sufrió una fuerte devaluación durante los seis años de circulación, la mayor parte de este tiempo fue durante el primer gobierno del ex presidente Alan García.

El inti fue la moneda de circulación legal del Perú desde el 1 de febrero de 1985, reemplazando al sol de oro. Circuló hasta 1991 cuando fue reemplazado por el Nuevo Sol.

Durante dicho tiempo circularon 12 billetes de las siguientes denominaciones: 10 intis, 50 intis, 100 intis, 500 intis, 1000 intis, 5000 intis, 10 000 intis, 50 000 intis, 100 000 intis, 500 000 intis, 1 000 000 intis y 5 000 000 intis.

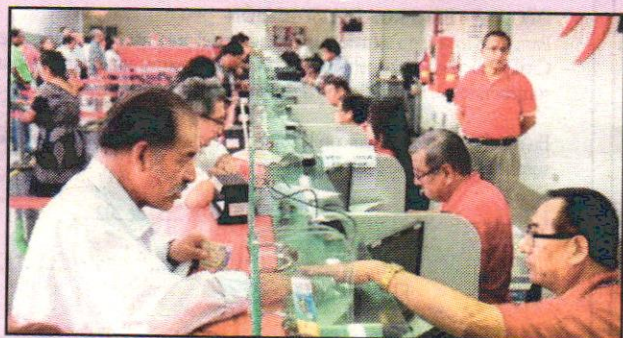


Publican todas las fechas oficiales de sus pagos en el mes de junio

Jubilados: ONP da cronograma oficial para cobrar antes del Día del Padre

En el mes de papá, la Oficina de Normalización Previsional (ONP) informa que el pago de la pensión del régimen 19990 inicia el próximo lunes 10 de junio, abonando en las cuentas bancarias de 691 651 asegurados, según sus apellidos paternos, en las siguientes fechas:

- De la A a la C: lunes 10 de junio.
- De la D a la L: martes 11 de junio.
- De la M a la Q: miércoles 12 de junio.
- De la R a la Z: jueves 13 de junio.



Mientras que 63 413 pensionistas que pertenecen al D.L. N° 20530 y pensiones por encargo, D.L. N° 18846, Régimen Especial Pesquero y los pensionistas del Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo cobrarán el viernes 14 de junio.

La ONP ofrece a sus pensionistas la opción de cobrar su pensión a través de seis entidades bancarias: Banco de la Nación, BBVA, Interbank, Scotiabank, GNB Perú y BanBif. Los pensionistas pueden

retirar su dinero en cualquier fecha posterior al abono, haciendo uso de los cajeros automáticos o agentes autorizados más cercanos a sus domicilios.

El lunes 17 de junio se realizará el depósito a los 1462 pensionistas que residen fuera del país y cobran a través de convenios internacionales. Estos asegurados residen en España, Argentina, Chile, Canadá, Brasil, Bolivia, Portugal, Uruguay, Paraguay y Ecuador.

PAGO A DOMICILIO

Entre el sábado 15 al lunes 24 de junio, un pagador visitará a 9792 pensionistas en todo el país para entregarle de forma segura su pensión en sus domicilios.

En caso de que los asegurados de Lima, no se encuentren en sus viviendas en las fechas indicadas, el pagador realizará una segunda visita para hacer la entrega de la pensión el domingo 23 y lunes 24.

Ha sido elegido como el documento que protege a propietarios e inquilinos

Ya era hora que tengan un modelo de contrato de alquiler que vale oro

Durante mucho tiempo los negocios se cerraban solo con la palabra. Actualmente, las palabras se las lleva el viento y es con el poder de lo escrito que se hace cumplir la ley. Ese es el caso del contrato de alquiler. La importancia de un contrato de arrendamiento radica en un acuerdo que protege a las dos partes del proceso (propietario y arrendatario):

- A quien arrienda el inmueble para que no sean vulnerados sus derechos.
- Al propietario con el fin de que sea cuidado su bien de daños y se cumpla con el pago de la renta que es parte importante de los ingresos.

CONTRATO DE ARRENDAMIENTO DE UN LOCAL COMERCIAL

Conste por el presente documento el contrato de arrendamiento de un Local Comercial, sujeto a las normas del Código Civil y Procesal Civil que celebran de una parte identificado con DNI N° domiciliado en Avenida N° Urbanización distrito de provincia y departamento de a quien en adelante se le denominará EL ARRENDADOR y de la otra parte identificado con DNIN° domiciliado en distrito de Provincia y departamento de a quien en adelante se le denominará EL ARRENDATARIO en los términos y condiciones siguientes:

PRIMERO.- DEL BIEN MATERIA DEL CONTRATO

EL ARRENDADOR es propietario de un inmueble ubicado en Jirón N° Urbanización distrito de provincia y departamento de debidamente inscrito en los Registros de la Propiedad Inmueble de cuya área es de 25 m2. Asimismo, dicho inmueble cuenta con medio baño con su inodoro y lavatorio, una reja de protección y un ventilador empotrado en buen uso y conservación.

SEGUNDO.- DEL PLAZO

El plazo de duración del presente contrato es de (01) año, que comenzará a regir a partir del de del 202..... hasta el de del 202..... El presente contrato se podrá renovar si ambas partes están de acuerdo; para dicho caso, EL ARRENDATARIO deberá comunicarlo a EL ARRENDADOR; si no fuese así, EL ARRENDATARIO se obliga en devolver a EL ARRENDADOR el inmueble totalmente desocupado, sin necesidad de aviso o requerimiento previo de parte de éste último.

TERCERO.- DE LA RENTA Y SU FORMA DE PAGO

La renta mensual estipulada libremente entre las partes y de común acuerdo es de S/ (..... SOLES) que se harán efectivos los días 08 de cada mes, y en efectivo directamente a EL ARRENDADOR. A la firma del presente contrato EL ARRENDATARIO ha hecho entrega a EL ARRENDADOR la cantidad de S/ (..... SOLES) por concepto de 01 mes de renta adelantada.

CUARTO.- GARANTÍA

EL ARRENDADOR declara que al firmarse el presente contrato recibe de EL ARRENDATARIO la suma de S/ (..... SOLES) que quedarán en depósito de garantía hasta el término del contrato y que no devengará interés. La cantidad depositada servirá para respaldar el cumplimiento de las obligaciones contraídas en virtud del presente contrato, no será considerada como pago parcial o total de la renta y de no haber reclamos debidamente fundamentados y acreditados que efectuar o por deterioro del inmueble o adeudos por servicios; se devolverá a EL ARRENDATARIO en la misma moneda una vez verificada la entrega del inmueble desocupado.

QUINTO.- CONDICIONES DEL LOCAL

EL ARRENDATARIO declara recibir el inmueble en buen estado para cuyo uso y conductividad, así como sus instalaciones eléctricas y sanitarias en buenas condiciones de uso y funcionamiento; y será devuelto en las mismas condiciones, sin más deterioro que el proveniente del uso normal.

SEXTO.- DE LAS OBLIGACIONES DE EL ARRENDATARIO:

- Se obligan a no sub-arrendar ni ceder total o parcialmente el inmueble materia del arrendamiento.
- A recibir el bien, cuidarlo diligentemente.
- Se obliga a devolver el inmueble al vencimiento del plazo o resolución del presente contrato en el mismo estado que recibió, asimismo será de su exclusivo cargo los gastos que origine la conservación del inmueble incluyendo reparaciones o descuidos de su parte o terceras personas

- Se obliga a entregar el inmueble en las mismas condiciones como se le fue entregado.

- Permitir a EL ARRENDADOR que inspeccione el inmueble con previo aviso.

El incumplimiento de cualquiera de estas obligaciones por parte de EL ARRENDATARIO será causal de resolución del presente contrato de arrendamiento.

SÉPTIMO.- DE LOS PAGOS DE SERVICIOS

Los pagos de los servicios públicos por energía eléctrica, agua potable que afecte el inmueble objeto del presente contrato se encuentran incluidos dentro del pago de la renta pactada en la cláusula Tercera del presente contrato.

OCTAVO.- LUCRO CESANTE

En el supuesto que EL ARRENDATARIO decidiera poner fin al presente contrato antes del vencimiento de su plazo de vigencia, deberán abonar a favor de EL ARRENDADOR, una suma equivalente a (1) mensualidad vigente a la fecha de desocupación, como indemnización de lucro cesante.

NOVENO.- MORA

En el caso que EL ARRENDATARIO incumpliese con devolver o restituir el inmueble a EL ARRENDADOR al vencimiento del plazo, se obliga a pagar la suma de S/ (..... SOLES) diarios por concepto de penalidad por ocupación extra-contractual por cada día adicional hasta la total desocupación del referido inmueble y su restitución, sin perjuicio de la retención de la garantía.

DÉCIMO.- TÉRMINO DEL CONTRATO

Al término del presente contrato de arrendamiento, EL ARRENDATARIO se obliga a desocupar el inmueble y hacer entrega del mismo a EL ARRENDADOR bajo inspección a quien deberá devolver las llaves del inmueble.

DÉCIMO PRIMERO: CLÁUSULA DE ALLANAMIENTO A FUTURO

Las partes acuerdan que en los casos de conclusión de arrendamiento por vencimiento de plazo o por resolución del mismo por falta de pago, se regirán por lo dispuesto en el artículo 5 de la Ley N° 30201 - Ley que crea el registro de deudores judiciales morosos - la cual modifica los artículos 594 y 692-A del Código Procesal Civil, referidos a los procesos de desalojo y de restitución del bien.

En tal sentido, EL ARRENDATARIO declara expresamente allanarse a la demanda judicial para desocupar el inmueble por las causales establecidas en el artículo 1697 del Código Civil, así como a las normas referidas en el párrafo anterior.

DÉCIMO SEGUNDO: CLÁUSULA DE SOMETIMIENTO EXPRESO A LA LEY 30933

En caso de encontrarse dentro de las causales EL ARRENDADOR y EL ARRENDATARIO de manera expresa e inequívoca se someten a la competencia Notarial de conformidad a la Ley N° 30933 a efecto de que el Notario constate las causales de vencimiento del plazo del contrato o la resolución por falta de pago de la renta; y posteriormente el Juez de Paz Letrado ordene la ejecución del desalojo.

DÉCIMO TERCERO.- JURISDICCIÓN

Para todo lo que no estuviera estipulado en el presente contrato de arrendamiento, se regirá bajo las normas del Código Civil y Procesal Civil vigente. Asimismo, ambas partes contratantes renuncian expresamente a los fueros de sus domicilios, sometiendo a la jurisdicción de los jueces y tribunales de

En señal de conformidad con la totalidad de las cláusulas que anteceden, EL ARRENDADOR y EL ARRENDATARIO suscriben el presente contrato.

Lima, de de 202.....

EL ARRENDADOR

EL ARRENDATARIO

¡Apunta! Consumirlo así ayuda contra la diabetes, presión arterial, obesidad y fortalece el corazón

El cacao es un superalimento debido a todas sus buenas propiedades. Se obtiene de las semillas que se hallan en las vainas del árbol de cacao; vainas que nacen de una flor parecida a una orquídea salvaje que sale del tronco.

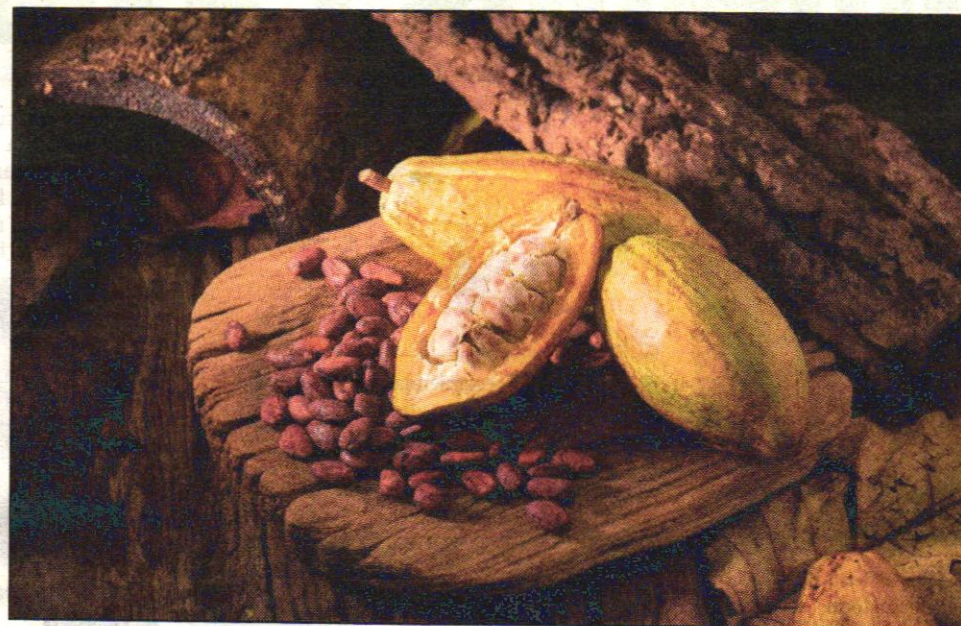
Por eso, aunque es el ingrediente clave de uno de los placeres gastronómicos más aclamados de la historia –el chocolate–, hay que diferenciar muy bien estos dos alimentos.

El primero es un superalimento, un polvo bajo en grasa que se obtiene de moler las nueces de cacao; el segundo es una mezcla de ingredientes, muchos de ellos refinados, como el azúcar, las grasas y los derivados lácteos.

CACAO CRUDO

El cacao crudo es uno de los alimentos con una mayor concentración de antioxidantes: 14 veces más que el vino tinto y 21 más que el té verde.

Además, es rico en un mineral vital para el organismo, el magnesio, y una pequeña ración de 30 g cubre con creces el hierro recomendado al día. Otros minerales, como calcio, fósforo, cobre, manganeso y, en menor medida, selenio, potasio y zinc, también están



presentes.

BENEFICIOS DEL CACAO CRUDO

* Diabetes: ayuda a mejorar la resistencia a la insulina y el metabolismo de la glucosa. Sus pro-antocianinas previenen las cataratas y son eficaces en la prevención y curación de la nefro-

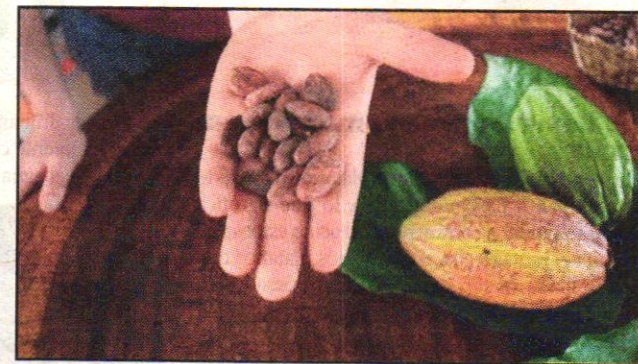
toxicidad por diabetes.

* Presión arterial: su gran contenido en flavonoides lo hace un buen aliado para regularla; a su vez estimula la producción de óxido nítrico, lo que relaja los vasos sanguíneos.

* Obesidad: ayuda a modelar

el metabolismo de lípidos, reduce la síntesis de ácidos grasos e incrementa la termogénesis, la producción de calor en el tejido adiposo.

* Cerebro: sus flavonoides ejercen un papel neuroprotector, pues mejoran las funciones de memoria y la capacidad de aprendiza-



je. La epicatequina y la catequina han demostrado tener efectos beneficiosos en la prevención del Alzheimer.

* Salud cardiovascular: flavonoides como procianidinas, catequinas y epicatequinas, de efecto antiagregante de las plaquetas, ayudan a prevenir arteriosclerosis y trombosis.

* Piel sana: los flavonoides aumentan la elasticidad, hidratación y densidad de la piel. Además, la epicatequina eleva la saturación de oxígeno en la hemoglobina, lo que estimula la circulación de la piel y contribuye a la fotoprotección endógena.

LEVANTA EL ÁNIMO

Sus flavonoides mejoran el humor, combaten la depresión y protegen la actividad cognitiva.

La feniletilamina contenida en el cacao le otorga efecto afrodisíaco y es responsable también del "momento felicidad" que se da tras comer chocolate.

El cacao lo utilizaremos para preparar bebidas, salsas, aperitivos y postres, y todo tipo de chocolates caseros, siempre mejor en crudo para mantener sus propiedades.

Pese a ser un alimento excelente no se debe abusar de él: puede ser algo adictivo por la teobromina, un excitante similar a la cafeína.

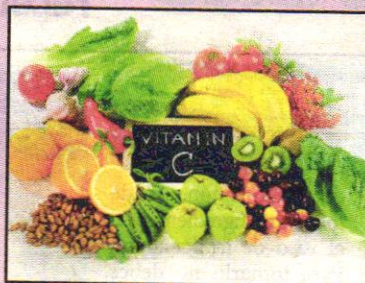
Recomendaciones para el frío que golpea y el invierno que se viene **Minsa: alimentos contra enfermedades respiratorias**

El Ministerio de Salud (Minsa) advierte a la población sobre la importancia de una alimentación adecuada para prevenir enfermedades respiratorias, especialmente ante la llegada del invierno, programada para el 20 de junio.

El nutricionista del Instituto Nacional de Salud (INS), Antonio Castillo Carrera, brindó algunas recomendaciones respecto a los alimentos que se deben consumir para fortalecer el sistema inmunológico y prevenir afecciones respiratorias.

VULNERABLES

Para los grupos más vulnerables, como los niños menores,



las personas con enfermedades crónicas y los adultos mayores, es esencial que ajusten su dieta para evitar enfermedades por el cambio de estación.

Entre los nutrientes más impor-

tantes destacan la vitamina C, la vitamina A y el hierro. La vitamina C es fundamental para prevenir resfriados y otras infecciones respiratorias, y se encuentra en frutas como la papaya, la mandarina, la naranja y el camu camu. Es recomendable consumir estas frutas enteras o recién cortadas para evitar la pérdida de nutrientes.

La vitamina A, por su parte, ayuda a fortalecer las barreras naturales contra infecciones y se encuentra en alimentos de origen animal como el hígado de pollo o res, lácteos y

huevos, así como en vegetales de hojas verdes como la espinaca, la zanahoria y camote.

La vitamina E, conocida por sus propiedades antioxidantes, se encuentra en cereales de grano entero y sus derivados. Castillo Carrera también destacó la importancia del selenio, presente en mariscos, frutos secos y lácteos. Estos nutrientes ayudan a retrasar el proceso de envejecimiento celular y mejorar la respuesta inmunológica.

Por otro lado, los probióticos, presentes en ciertos yogures, son otra recomendación que ayuda a mejorar la flora bacteriana y contribuyen a

una mejor digestión y absorción de los nutrientes.

Además de una dieta equilibrada, el especialista recomienda mantenerse bien hidratado.

"Es importante consumir agua todos los días y también incluir infusiones, jugos y frutas con alto contenido de agua para mantener una adecuada hidratación y controlar la temperatura corporal", indicó.

Una alimentación balanceada y natural es la clave para prevenir enfermedades respiratorias.

Durante los procesos infecciosos, como resfriados, es recomendable consumir alimentos calientes

y evitar productos lácteos que pueden aumentar la mucosidad. Sin embargo, es posible continuar consumiendo frutas ricas en vitamina C y probióticos para apoyar el sistema inmunológico.

Para una adecuada prevención, es fundamental evitar el consumo excesivo de alimentos industrializados y preferir preparaciones caseras con ingredientes naturales.

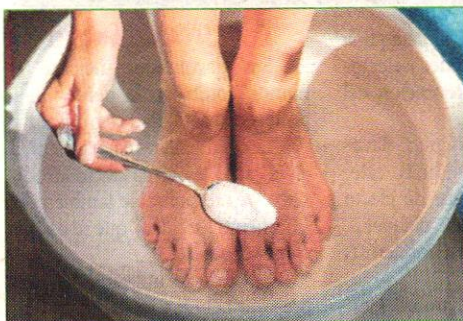
Además, se aconseja acompañar estas prácticas alimentarias con hábitos de vida saludables como el ejercicio regular, el descanso adecuado y la reducción del consumo de alcohol y tabaco.

"Salud Para Todos" les entrega todos los días 10 recetas o tratamientos para curarse de todo



119. Come un plátano maduro para la acidez

El alto contenido de potasio de un plátano lo convierte en un alimento bastante alcalino, lo que significa que puede ayudar a contrarrestar el ácido estomacal que irrita el esófago. Sin embargo, los plátanos que no están maduros son menos alcalinos, pesados en almidón y en realidad pueden ser un desencadenante de reflujo ácido para algunas personas.



120. Agua con sal para los pies hinchados

La sal puede hacer maravillas para eliminar el edema. La sal es un tratamiento eficaz para la hinchazón de las piernas porque extrae las toxinas de su cuerpo y ayuda a la relajación.

Para hacer un baño de sal, disuelva una taza de sal en un recipiente con agua tibia. Luego, sumerja las piernas en el agua durante al menos 20 minutos.



121. Sábila para la insolación

Se ha visto que es antiinflamatorio, cicatrizante y emoliente, por lo que se pueden usar cremas que la contengan en el tratamiento de quemaduras solares. La recomendación es usarlo a través de cremas. También directamente de la planta, pero se podría poner en contacto nuestra piel con microorganismos de la tierra o de la corteza.

122. Limón para la boquera

Este alimento es conocido por sus propiedades an-



tibacterianas. Se recomienda aplicar una rodaja de limón sobre la lesión para que esta cicatrice. Hay que advertir que, al principio, puede resultar algo molesto. Es conveniente hacerlo de noche, cuando tengas la certeza de no estar expuesto al sol, para evitar que aparezcan manchas en la piel.



123. Hígado graso: Jugo de zanahoria y limón

La zanahoria es una rica fuente de carotenos, un

compuesto que cuenta con un efecto antioxidante, contribuyendo a reparar las células dañadas del hígado por la acumulación de grasa.

La presencia del limón, se vuelve fundamental, ya que por ser una rica fuente de vitamina C resulta saludable para el hígado.



124. Café molido para el mal olor de la nevera

Por cuidadosos que seamos al guardar los alimentos, es fácil que la nevera coja mal olor. Con este remedio casero los olores desaparecerán: coloca un bol con café molido— también sirve usado— o con bicarbonato. Son neutralizadores de olores naturales. Puedes retirar el bol cuando haya hecho efecto o bien dejarlo y reponerlo una vez al mes.

CONTINÚA MAÑANA...

Colección "100 jugos curativos de Dios" Todos los días solo recetas saludables

31 JUGO PARA LA GASTRITIS (BRÓCOLI Y COL)

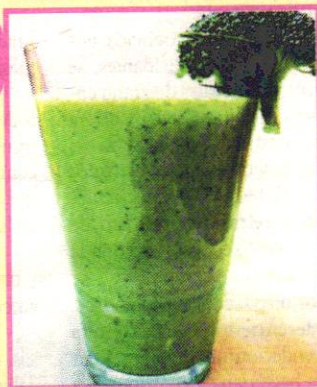
Ingredientes:

- Una col fresca
- Una rama de brócoli.
- Agua

Preparación:

Primero debemos lavar bien los ingredientes. Cortamos la col y las ramas de brócoli, y luego las llevamos a la licuadora y le

agregamos medio litro de agua. Una vez batido el jugo, se cuela y se coloca en la refrigeradora por unas 2 horas. El jugo se toma 3 veces al día, un vaso antes del desayuno, la comida y la cena, por 15 días seguidos y verán como el estómago comienza a mejorar.



32 JUGO PARA BAJAR DE PESO (PIÑA Y APIO)

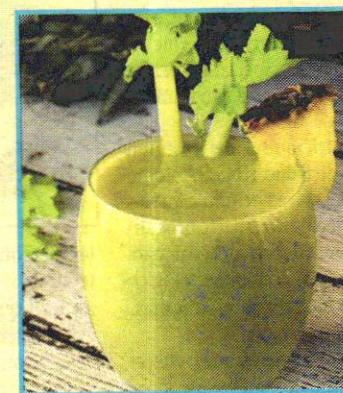
Ingredientes:

- 2 tazas de trozos de piña
- 1 rama de apio
- 2 vasos de agua
- Zumo de 1/2 limón

Preparación:

Pela y corta la piña en trocitos. Lava la rama de apio y córtala en trozos pequeños. Extrae el jugo

de medio limón. Añade todos los ingredientes en el vaso de la licuadora. Para tomarlo no debes colarlo, así aprovecharás al máximo los nutrientes y sus efectos. Lo ideal es que tomes un vaso por la mañana en ayunas y otro por la noche antes de cenar.



Colección de invierno para las fans y admiradoras del tejido

Curso de tejido a crochet: Hoy campera con hebillas

La información que aparece en esta página le pertenece al sitio web <https://tejido-gratis.com/>

Talle: S

Materiales: 550 g de acrílico con algodón en color petróleo.

Agujas Nº 6.

2 hebillas de metal plateado.

Puntos empleados

Punto fantasía 1

1a hilera y todas las impares: *2p.r., 1p.d.*, repetir de *a* toda la hilera. 2a hilera y todas las pares: *1p.r., 1p.d.*, repetir de *a* toda la hilera y terminar con 1 p.r.

Punto fantasía 2

Seguendo el diagrama.

Punto arroz

1a hilera y todas las impares: *1p.d., 1p.r.*, repetir de *a* toda la hilera. 2a hilera y todas las pares: contrariando los puntos, es decir el p. que está al derecho se teje al revés y a la inversa.

Muestra

10 cm = 11 p. en punto fantasía con hilado simple y agujas Nº 6.

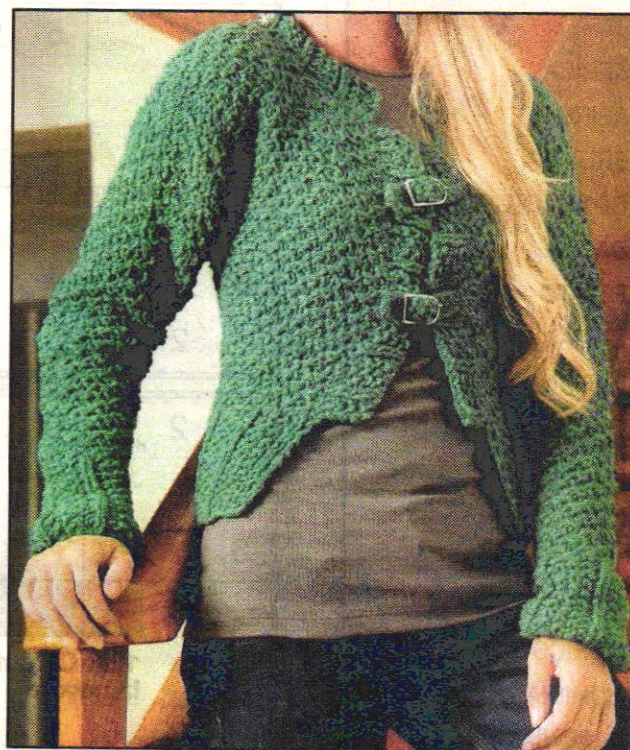
Es conveniente hacer una muestra colocando 22p. y realizar los cálculos.

Espalda

Colocar 44p. en agujas Nº 6 y tejer 10 cm en p. fantasía 1.

Continuar tejiendo en p. fantasía 2 siguiendo el diagrama.

A los 30 cm de altura total cerrar



4p. de cada lado para las sisas al comienzo de las hileras. Completar 19 cm de altura de sisas y cerrar todos los puntos como se presentan sin ajustar.

Delantera derecha

Colocar 22p. en agujas Nº 6 y tejer 10 cm en p. fantasía 1.

Continuar tejiendo en p. fantasía

2. A los 30 cm de altura total cerrar

4p. para la sisa del lado izquierdo al comienzo de la hilera.

A los 9 cm de altura de sisa cerrar del lado derecho para el escote 2 veces 2p. y 3 veces 1p. Al completar 19 cm cerrar los 11p. del hombro. Tejer la otra delantera igual pero invertida.

Mangas

Colocar 24p. en agujas Nº 6 y tejer

10 cm en p. fantasía 1. Continuar tejiendo en p. fantasía 2. A partir de la novena hilera de p. fantasía 2 aumentar 1p. de cada lado cada 8 hileras 6 veces en total. Quedan 36p. Los puntos aumentados se incorporan al p. fantasía 2.

A los 40 cm de altura desde que termina el p. fantasía 1 cerrar 4 veces 3p. de cada lado al comienzo de las hileras. Por último cerrar los 12p. centrales.

Armado y terminación

Coser los hombros y los costados del cuerpo. Con agujas Nº 6 levantar 48p. en el escote de espalda y delanteras y tejer 4 cm en p. fantasía 1. Cerrar los puntos como se presentan. Tejer otra pieza igual.

Para las presillas colocar 5p. en agujas Nº 6 y tejer en p. arroz simple por 8 cm. Cerrar los puntos como se presentan. Tejer otra pieza igual. Coser las mangas a lo largo desde el puño dejando 4 cm sin coser en la parte superior. Colocar las mangas en el cuerpo haciendo coincidir el centro con las costuras de los hombros y los 4 cm sin costura con los 4p. de la sisa.

Coser una presilla en la vista izquierda a 8 cm del borde superior y la otra 10 cm más abajo. Coser las hebillas en la vista derecha.

Colección de tipos de puntos

Punto Bobo Zigzag

Cómo tejer el Punto Bobo en Zigzag a dos agujas:

nº de p. múltiplo de 15 + 8 + 2 p. de orilla.

Montar 25 p. (8 + 15 + 2 p. de orilla) y tejer según el esquema.

Se han dibujado sólo las vueltas de ida.

En las vueltas de retorno tejer todos los puntos y hebras del revés.

Motivo = 15 puntos de ancho.

Empezar con 1 p. de orilla y 8 p. anteriores al motivo, repetir el motivo continuamente, terminar con 1 p. de orilla.

1 surjete simple: deslizar 1 p. del der., tejer 1 p. der. y montar el p. deslizado por encima

1ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 6 p. rev., 1 hebra, * 7 p. der., 1 surjete simple, 6 p. rev., 1 hebra *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

2ª vuelta y todas las siguientes vueltas pares: tejer todos los puntos y hebras del revés.

3ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 5 p. rev., 1 hebra, 1 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 5 p. rev., 1 hebra, 1 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

5ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 4 p. rev., 1 hebra, 2 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 4 p. rev., 1 hebra, 2 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

7ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 3 p. rev., 1 hebra, 3 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 3 p. rev., 1 hebra, 3 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

9ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 2 p. rev., 1 hebra, 4 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 2 p. rev., 1 hebra, 4 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

11ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete simple, 1 p. rev., 1 hebra, 5 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 1 p. rev., 1 hebra, 5 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

13ª vuelta: 1 p. de orilla, 1 surjete



simple, 1 hebra, 6 p. der., * 7 p. der., 1 surjete simple, 1 hebra, 6 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

15ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 1 hebra, 6 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

17ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 1 p. der., 1 hebra, 5 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

19ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 2 p. der., 1 hebra, 4 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

21ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 3 p. der., 1 hebra, 3 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

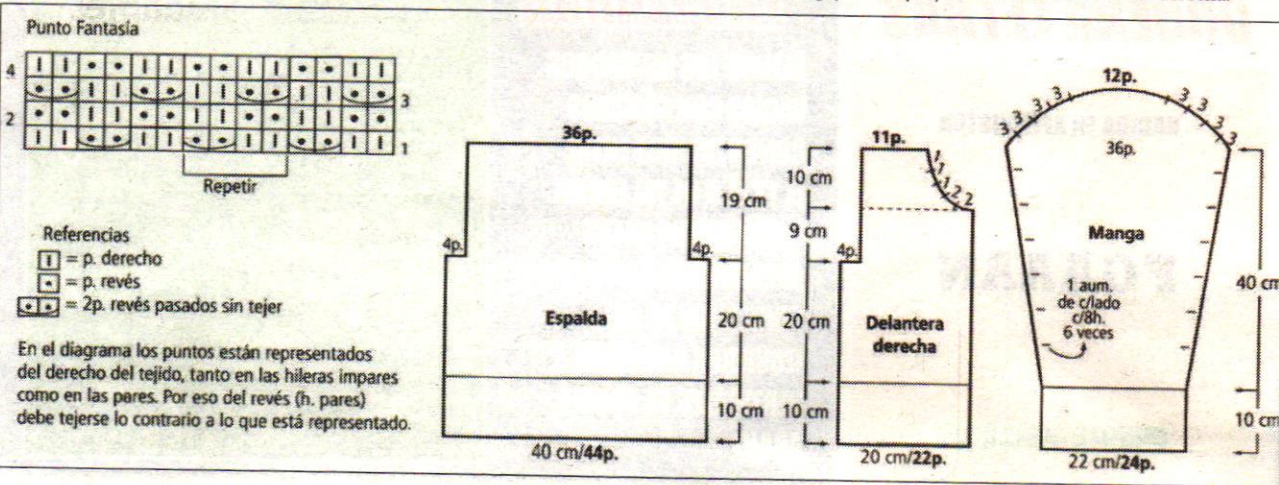
23ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 4 p. der., 1 hebra, 2 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

25ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 5 p. der., 1 hebra, 1 p. rev., tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

27ª vuelta: 1 p. de orilla, 8 p. der., * 6 p. der., 1 hebra, tejer 2 p. juntos del derecho, 7 p. der. *; repetir continuamente de * a *, terminar con 1 p. de orilla.

Repetir la 1ª - 28ª v. continuamente.

VIDEO: <https://youtu.be/6F6BZvi6mVg>



PUPILETRAS

IMPERIO ROMANO

S L I N A T A C E V I R G A Y S S C H T
 A P O N D I H I S P A N I A A T I C H L
 S E P U S T I A L M E P I I C M C N M D
 P A E E I S R C O P A P R E B E I I S P
 R O M A R O G A M T A I B Y R S L G D L
 M E A I U C M T W N S A N C L O I A R H
 I O T N L M A R O A H C E O Y P A I A A
 T K M N V S A N T C E O S D I O U N R I
 T A L P O N I T N A T S N O C T O A K L
 A C I U E A A I D I M U N F S A A T I A
 L M A U R I T A N I A E B P T M R I V G
 I B L T O A I N O D E C A M K I A R A I
 C N A M O U E L A D C N I V E A B B I R
 A Y I T O I C A H D N E N T T I E U C D
 M L C A A I T R M C O A G T A G R Y A P
 A I A N I U M E A O R C R I I L L T D Y
 A E R I P C S A F R I C A P O V I R M C
 T A T D H I E N E R C C T A L I U A E G
 S T O N E A S R B O O O C U A S I M G V
 L T R K O B N M V G E L O H R I M A O D

ÁFRICA
 ASIRIA
 BRITANIA
 CONSTANTINOPLA
 DACIA
 EGIPTO
 GALIA
 HISPANIA
 ITALIA
 MACEDONIA
 MAURITANIA
 MESIA
 MESOPOTAMIA
 NÓRICO
 NUMIDIA
 PANONIA
 RECIA
 ROMA
 SICILIA
 TRACIA

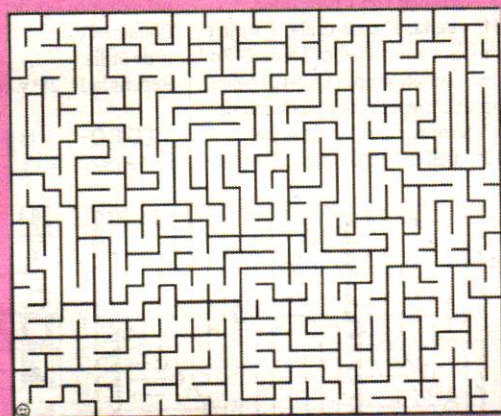
SUDOKU

	8							
7		6						
		5				3		4
			5	9			2	3
	9					8		
3			2		4			6
						2		
5	6		4					
	2	9		6	8			5

	2		9					3
				3		7		6
6								
		3						
4							2	5
	7	6		8		3		
		4		6			9	7
9				1	8			
				3	4			

LABERINTO

ENCUENTRA LA SALIDA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE



ORDENA LETRAS

NACIDA EN AFGANISTÁN

FGAAAN

SOLUCIÓN: AFGANA

LA PIZARRA

RELLENE LOS RECUADROS VACÍOS CON NÚMEROS COMPRENDIDOS ENTRE EL 1 Y EL 9, DE TAL FORMA QUE SE CUMPLAN LAS OPERACIONES ARITMÉTICAS HORIZONTALES, DE IZQUIERDA A DERECHA, Y VERTICALES, DE ARRIBA ABAJO.

<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	+	<input type="text"/>	=	4
-		+		+		
<input type="text"/>	+	<input type="text"/>	-	7	=	6
+		-		-		
<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	+	<input type="text"/>	=	7
=		=		=		
2		2		1		

Desde la fiesta de cumpleaños de 'Doña Peta' y en las últimas horas se reunieron con un abogado, sin revelar los motivos

Paolo y Ana Paula no se hablan

En las últimas horas se conoció que Ana Paula Consorte y Paolo Guerrero están distanciados y no se hablan desde el cumpleaños de Doña Peta, madre del delantero, celebrado la semana pasada.

A sí lo contó, Magaly Medina quien dijo que la pareja no tiene comunicación desde el pasado 30 de mayo, al parecer por una discusión en plena fiesta de cumpleaños, ya que la garota no fue invitada, pero llegó con sus hijos.

A decir de la 'urraca', desde ese

altercado, la brasileña dejó de seguir al futbolista y borre sus fotos en sus redes sociales.

"Este viernes hay un partido y luego ellos se van para la Copa América. Quizá, como no han conversado, ella ha ido para forzar un acercamiento o conversación con Paolo Guerrero. No lo sabemos. La única información que tenemos es esa: ellos no habrían estado en comunicación desde que Ana Paula vino de sorpresa a la fiesta de Doña Peta. Ella se fue a Trujillo y sacó todas las fotos con Guerrero, lo que quiere decir que hay pelea", explicó.

A eso se suma que Paolo y Ana Paula se reunieron con un abogado en el hotel de concentración de

la selección peruana.

"Ana Paula pasó la noche en hotel de la selección y esta mañana se reunió con Paolo Guerrero y su abogado", dijo Medina, sin revelar los motivos.



No obstante, Rodrigo Gonzales y Gigi Mitre afirmaron que dicha reunión se debió a que la modelo necesitaba permisos notariales para viajar con sus hijos, probablemente a Brasil, y necesitaba la autorización del padre.

En la residencia del exfutbolista

'Foquita' pasa la noche con Delany

Y mientras Paolo no la pasa bien con su pareja, la situación de su compadre Jefferson Farfán, es todo lo contrario. Las cámaras de 'Amor y fuego' captaron al exfutbolista pasar la noche con la modelo Delany López luego de asistir a una fiesta de salsa en La Molina, el último fin de semana.

Al show ambos llegaron por

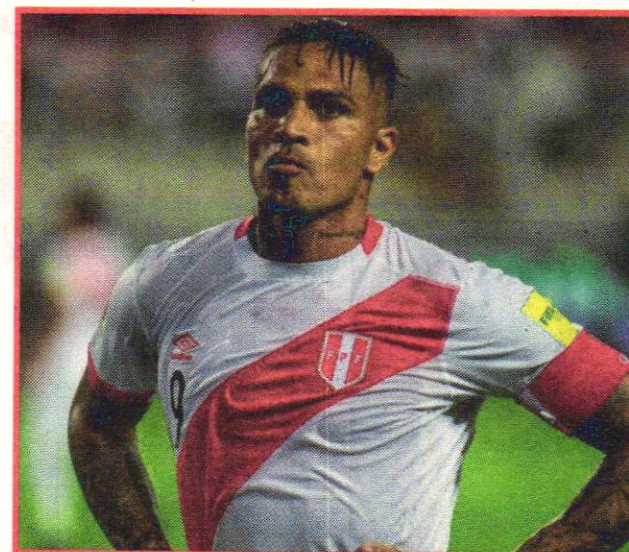
separado sin llamar la atención, sin embargo, es sabido que existe cierto vínculo entre ellos que ninguno de los dos ha querido mencionar.

Incluso, López asistió al cumpleaños de la madre de la 'Foquita'.

Luego de la fiesta, según el programa, ambos salen juntos y se van a la residencia del ex Alianza Lima

donde pasan la noche.

Delany López, conocida como Delany Jashana en el mundo digital, ha sido pareja del futbolista Alexi Gómez con quien tuvo un hijo. En 2021, López inició varias demandas de pensión alimenticia contra Gómez, y denuncias por maltrato físico y psicológico.



CHAMAN CHUNGA

Rituales: Retorno del ser AMADO(amarre)
Ceremonias Incas Recupera la Salud y Dinero
LIMPIAS C/ CUY - TAROT



<https://sanadorchunga.com/>
www.sanadorchunga.com

990 525 100

A.V. Tupac Amaru km22 el Hondo, (Frente a la caseta serenazgo.. El Hondo)

NATURA VITAL

MEDICINA NATURAL ALTERNATIVA COMPLEMENTARIA

GRAN CAMPAÑA DE SALUD

RESONANCIA MAGNÉTICA
BIOCUÁNTICA
EVALUACIÓN GRATUITA
ASESORÍA NUTRICIONAL

INFORMES AL:
666 0828
939 088 818
AV. BOLIVIA 527
BREÑA

ESCUCHANOS POR
RADIO SALUD Y VIDA
105.5 FM
660 AM

TRATAMOS TODO TIPO DE ENFERMEDADES

EVALUACIÓN GRATIS

POTENCIA SEXUAL

EFFECTO INMEDIATO Y PROLONGADO

ERECCIÓN • GROSOR • DURACIÓN

- Para todas las edades
- Resultados definidos

! HOY MISMO !

ENTREGA GRATIS **100% NATURAL**

01-7116369 **906515949**

Última Tecnología

AUDIFONOS Module Tech
El placer de escuchar

Digitales
Estéticos

**DISFRUTA EL SONIDO DE LA VIDA
EL CAMBIO ES POSIBLE**

10% DESCUENTO
SURCO, LOS OLIVOS, LINCE

944620812

moduletech2@gmail.com
Audifonosmoduletech

Núñez Celil Miguel Alberto - RUC: 10079309635

elChino

CHINOGRAMA

MUJERES CÉLEBRES DEL PERÚ



HORÓSCOPO



ARIES

Recibirás visitas inesperadas que te agradarán y sobre todo te harán mucho más amena la jornada ya que se te presenta un tanto aburrida, diviértete. Los viajes serán muy felices.



TAURO

Realizarás un viaje en compañía de amistades o grupo de gente afines a ti. Pasarás el día sin ningún peligro, pero cuida en las comidas, hoy nada de excesos. Tu pasión va en aumento.



GÉMINIS

Sobre todo, tómate la vida y los acontecimientos con filosofía. Asuntos ajenos a tu voluntad te traerán algunos retrasos, tranquilo, todo llegará a buen fin, es cuestión de paciencia.



CÁNCER

Repasa bien tu agenda de relaciones sociales, te olvidarás de algo importante para ti y tu futuro. Tu magnetismo aumenta, lo que hará que hoy el amor y la pasión estén más cerca.



LEO

Pon mucha calma en el trato con los demás sobre todo si asuntos financieros o de tu interés están en juego, adopta una actitud más estratégica y firme. Controla más tu orgullo.



VIRGO

Aunque te saltes alguna norma en tu conducta de hoy nadie te lo recriminará, pero cuidado no te pases y luego te veas envuelto en situaciones extrañas. Cuidado si conduces.



LIBRA

No dejes que comentarios de dudoso origen te hagan cambiar tu actitud y tu forma de ver las cosas. Sería mejor que dejes de lado prejuicios y lo pases bien. Suerte en el azar.



ESCORPIO

Por celoso o por otras razones el entendimiento con los seres queridos y con la pareja, será difícil. Habrá cambios de planes en lo laboral. Conocerás a alguien pasional.



SAGITARIO

Necesitas un descanso y tú lo sabes mejor que nadie. Deja de momento tus obligaciones y dedícate a lo que más te guste. Si puedes, descansa en soledad, hoy es un día de reflexión.



CAPRICORNIO

Recibirás noticias del extranjero que te alegrarán en cantidad. Utiliza hoy tu fuerte magnetismo y consigue atraer todavía más a la pareja, si no la tienes la conseguirás.



ACUARIO

Si pones un poco de empeño y fuerza de voluntad podrás ver plasmadas todas tus ideas y sentimientos de forma directa. Escucha consejos y no te precipites. Suerte en el azar.



PISCIS

Te tocará realizar un viaje con personas que no son de total agrado tuyo. Calma y paciencia en el día de hoy o la jornada será muy agotadora, relájate. Busca gente alegre y dinámica.

elChino

RECUERDA NUESTROS CONTACTOS

@elchino_pe

diarioelchino.pe

www.elchino.pe

... CLORINDA
MATTO DE

UTC AMENAZA CON DAR EL GOLPE CON BENAVENTE Y CUEVA

'El Gavilán' quiere fichar como el Real Madrid

El UTC de Cajamarca busca mejorar considerablemente lo hecho en el Torneo Apertura. Por ello, buscaría fichar a algunos jugadores que cartel para el Clausura. De acuerdo a informaciones, el cuadro del 'Gavilán del Norte' estaría en conversaciones con los jugadores Cristian Benavente, Christopher Olivares, Christian Cueva y Osnar Noronha.



El UTC no tuvo el cierre que esperaba en la primera mitad del año: perdió con Alianza Lima,

Melgar y Sport Boys, y empató con Sport Huancayo.

Por esa razón, la directiva del club norteño estaría pensando en romper el chanchito y traer a dichos jugadores, quienes no han tenido oportunidades en sus actuales clubes, como el caso de Olivares en la "U", Benavente en la Vallejo, Cueva sin equipo y Noronha en el Manucci.

DICE QUE NO ENTIENDE PORQUE DIJO QUE CRISTAL NO LE DIO INFORMACIÓN SOBRE LESIÓN

Raffo buscara al 'Nono' para aclarar caso Yotun

El presidente del Sporting Cristal, Joel Raffo, se mostró contrariado por las pasadas declaraciones del entrenador de la Selección Peruana. Recordemos que el 'Nono' se quejó de la poca comunicación del club celeste para informarle sobre la lesión que sufrió Yoshimar Yotún. El directivo sostuvo que piensa aclarar dicho asunto de manera personal. "Me



sorprendió la declaración del profesor Fossati, pues hace dos semanas, la FPF nos felicitó por todo lo contrario,

ya que nos decían que éramos el único club con procesos claros, compartir información y tener una debida interacción", indicó Raffo.

Finalmente, precisó que buscará contactarse con algún miembro del comando técnico para aclarar el tema. "Es extraño y quiero aclararlo de manera directa", sostuvo para Ovación.

OLIVER SONNE DA LA HORA CON SU ESPAÑOL MÁS FLUIDO Y HACE REVELADOR CAMBIO DE GUSTOS.

Dejó la 'causa' por la 'Chicha'

No cabe duda que en la Selección Nacional se vive un ambiente de confraternidad y buenos ánimos. Y uno de los 'caseritos' en el grupo es el lateral danés con raíces peruanas: Oliver Sonne.

Desde que llegó al país convocado en primer lugar por el Juan Reynoso y luego por el actual DT de la blanquirroja, Jorge Fossati, el jugador del Silkeborg de Dinamarca se ha convertido en una verdadera 'estrella' en el plantel y para la hinchada nacional también.

Basta recordar que en los pasados cotejos amistosos ante República Dominicana y Nicaragua, en el país se vivió una verdadera 'Sonnemanía', con venta de artículos y ropa con la imagen del deportista. Tal



SELECCIÓN CONTINÚA CON SUS ENTRENAMIENTOS EN LA VIDENA

parece que la situación no variará esta vez, sobre todo porque el futbolista se empeña en adquirir como suyas nuestras costumbres y acervo cultural.

CHICHA PE, CAUSA

En un audiovisual publicado por las redes sociales oficiales de la Selección Nacional, el lateral Oliver Sonne demostró que cada vez más se vuelve un cholo de corazón al preferir la música chicha peruana. En un video que rápidamente se volvió viral entre los fanáticos de la blanquirroja, le preguntan a Sonne: "Oliver, ¿qué música le ponemos al video?", a lo que el futbolista responde,

"Chicha pues, causa", para luego escuchar el tema 'María Teresa' del recordado Chacalón y la Nueva Crema.

En ella, se muestra como entrenan los convocados a la blanquirroja para los cotejos amistoso ante Paraguay y El Salvador; además de la Copa América.

No es el único video donde aparece el 'Vikingo' peruano. En otro audiovisual, se le escucha al gringo hablar con mayor fluidez el español, encargo especial que le dejó el profesor Jorge Fossati tras los amistosos de marzo pasado.



SE TRATA DE JOSÉ BOLÍVAR, QUIEN CAMBIA DE CAMISETA PARA EL CLAUSURA

Lateral crema refuerza a la UCV

El joven lateral izquierdo, José Bolívar, dejó Universitario de Deportes para reforzar a la Universidad César Vallejo para el Torneo Clausura 2024.

La llegada del futbolista al club trujillano se da en condición de préstamo.

El futbolista no había podido sumar minutos en competencias oficiales este año, y de esta forma

concretó su llegada al cuadro 'poeta' en donde espera poder tener más actividad en el campo.

Este será el cuarto equipo en la carrera de José Bolívar. El lateral inició su carrera en la Universidad San Martín y luego pasó al Sport Boys antes de llegar a Universitario el año pasado.



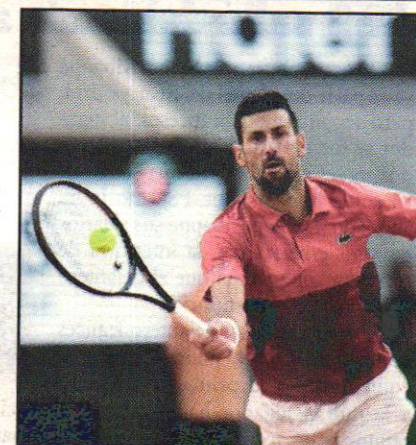
POR LESIÓN PERDERÁ EL NÚMERO 1 DEL RANKING

'Nole' se baja del Roland Garros

El tenista serbio Novak Djokovic perderá el primer lugar del ranking mundial de la ATP luego de retirarse durante su juego de Cuartos de Final del Roland Garros ante el noruego Casper Ruud.

La salida de 'Nole' se debió a una lesión a la rodilla derecha que contrajo durante su duelo

ante el argentino Francisco Cerúndolo y que decidió forzar ante Casper; sin embargo, el dolor fue insostenible. Gracias a su ausencia, el tenista italiano Jannick Sinner se convertirá en el número 1 del ranking gracias a sus títulos en Australian Open, ATP de Rotterdam y el Master 1000 de Miami.



4 JUGADORES DEL REAL MADRID COMANDAN LAS PREFERENCIAS EN LAS VOTACIONES AL MEJOR DEL MUNDO

Ganan Champions y también el Balón de Oro

A la espera de lo que suceda en la Copa de América y en la Eurocopa de Alemania, todo hace presagiar que el Balón de Oro recaerá en manos merengues.

Esto se desprende luego de la reciente actualización de la lista de nominados a ganar el premio al Mejor Jugador del Año.

El máximo galardón individual del deporte rey, que se entregará en el último trimestre del año actual, tiene muchas posibilidades de que recaiga en un futbolista del Real Madrid. Vinicius, Jude Bellingham, Kylian Mbappé y Toni Kroos figuran como los máximos favoritos a hacerse con el Balón de Oro.

El delantero brasileño, que marcó el segundo tanto en la final de Champions en Londres, parte con muchísima ventaja, concretamente de un 61%. Le sigue el centrocampista inglés, que ha jugado su primera temporada con la camiseta blanca, con un 23% de opciones, por un 7% y un 6% para Mbappé y Kroos, respectivamente.

El siguiente en la lista, con un único 3% de probabilidades con hacerse con el Balón de Oro, es Harry Kane. El delantero inglés fichó por el Bayern de Múnich el verano pasado

GANADOR SE DARÁ A CONOCER LUEGO DE LA COPA AMÉRICA Y LA EUROCOPA

BALLON D'OR 2024

TOP 5 FAVOURITES TO WIN



en una operación que el club bávaro y el Tottenham cerraron por cerca de 100 millones de euros.

Aunque se deberá esperar aún cómo terminan estas figuras con sus respectivas selecciones en sus torneos continentales para que ver sobre quien se inclina la balanza de las votaciones.

Hay que recordar que ahora se contabiliza un año calendario para calificar el desempeño de cada futbolista nominado a este gran premio tanto en clubes como en selección.

El ganador del prestigioso galardón individual se anunciará a finales del 2024.

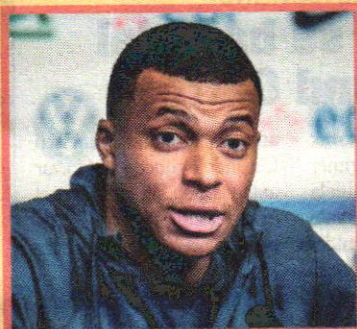


MEDIOS FRANCESES SEÑALAN QUE CLUB NO LE PAGÓ DOS MESES DE SUELDO

PSG salió debiendo a Kylian Mbappé

El extremo francés Kylian Mbappé ya es parte del plantel del Real Madrid, pero según medios franceses, el jugador se fue del PSG con una deuda de dos meses sin cobrar su mensualidad. L'Equipe informó que PSG no le ha abonado a Kylian Mbappé sus salarios de abril y mayo, con la intención de recuperar una prima que el delantero había prometido renunciar.

PSG presiona al delantero francés para "recuperar" 80 millones de euros equivalentes a la prima de fidelidad a la que el jugador había propuesto renunciar un año atrás a cambio de ser



reintegrado en el grupo del que se le había excluido en el 2023.

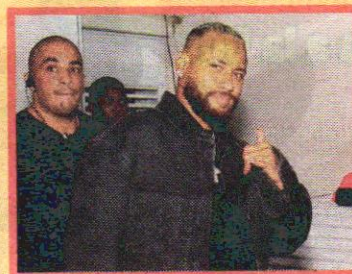
CRACK BRASILEÑO ASEGURA QUE TERAPIA ES DOLOROSA

Neymar aún sufre por lesión

El delantero brasileño Neymar dio cuenta que su terapia de rehabilitación de su grave lesión a la rodilla lo lleva con "mucho dolor".

"Es doloroso, mucho sufrimiento, pero me estoy recuperando. Ya han pasado siete meses desde la lesión. Todavía quedan algunos (meses) más, pero lo estamos consiguiendo", dijo el atacante a periodistas en Sao Paulo, previo al inicio de una subasta benéfica organizada por su instituto.

El '10' del Al-Hilal saudí, de 32 años, lamentó no poder disputar con la 'Canarinha' en la Copa América de



Estados Unidos (20 de junio al 14 de julio) debido a la lesión, una rotura de ligamento cruzado anterior y del menisco de la rodilla izquierda.

EL SIN BANDERA

Por: El Carnicero

El Sin Bandera no se casa con nadie y dispara contra toda la fulería y todos los jugadorazos de nuestra pelotita. ¡La pelota no se mancha!

Nos vamos a la Videna donde el 'NONO' ya empezó con su doble discurso clásico de los rioplatenses. Dice que sacó a Valera porque no estaba enfocado, pero al toque nomás salió Ferrari diciendo que su delantero taba con yaya en la rodilla. Si eso es cierto, entonces ¿Qué hace Cueva en la Videna? Ese borracho solo tiene una pierna funcionando y el viejo lo convoca y amenaza con ponerlo a jugar... ¡Que abusivo!

Nos datean que hay algunas voces en el oído del abuelo que le piden la convocatoria del ariete del Melgar. Bernardo Cuesta hace rato que pide una oportunidad y ya cuenta con la nacionalidad peruana. Ante la salida de Valera, ¿Quién sabe? Quizá se venga alguna sorpresa.



Otro que hace lo que quiere es TÁVARA. En pavolandia han cerrado filas con el pelotero y no hay quien lo saque de ahí. El tal Raffo prefiere deslegitimar a la costilla gomeada por el cobarde ese antes que sacrificar sus lentes. Como el pelotero es parte de su staff en AGREF no quieren sentarlo porque nadie lo va ver y por ende no será fichado por otro club incauto. Con semejante prontuario, qué club querrá contratar a ese sujeto... ¡Toma mientras!

Otra perla más del inefable AGUSTÍN LOZANO. El sátrapa busca adelantar el torneo Clausura para la quincena de junio, en la misma fecha que Perú jugará la Copa América. Todo esto para terminar cuanto antes la Liga 1 y no pagar más por derechos de transmisión a los clubes a fin de año. Todo lo tienen planificado. Como andan quebrados porque la 'people' no quiere suscribirse a su estafa, el objetivo es cerrar cuanto antes. Plata no hay... ¡No seas abusivo!